



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**PENGARUH TERAPI BERMAIN ALAT MUSIK XILOFON TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN ANAK PRA SEKOLAH
DI RUMAH SAKIT EMANUEL BANJARNEGARA
TAHUN 2023**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan**

NIKEN WORO WARDANI

2206024

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2023**

LEMBAR PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI

PENGARUH TERAPI BERMAIN ALAT MUSIK XILOFON TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN ANAK PRA SEKOLAH
DI RUMAH SAKIT EMANUEL BANJARNEGARA
TAHUN 2023

Disusun Oleh:
NIKEN WORO WARDANI
2206024

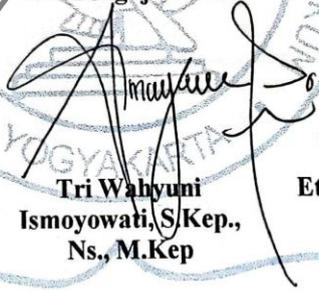
Telah melalui Sidang Skripsi pada tanggal 18 September 2023

Ketua Penguji

Penguji I

Penguji II


Vivi Retno Intening,
S.Kep., Ns., MAN


Tri Wahyuni
Ismoyowati, S.Kep.,
Ns., M.Kep


Ethic Palupi, S.Kep.,
Ns., MNS

Mengetahui,
Ketua Prodi Sarjana Keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta


Indah Prayesti, S.Kep., Ns., M.Kep

**PENGARUH TERAPI BERMAIN ALAT MUSIK XILOFON TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN ANAK PRA SEKOLAH
DI RUMAH SAKIT EMANUEL BANJARNEGARA
TAHUN 2023**

Niken Woro Wardani¹, Ethic Palupi²

¹Prodi Ilmu Kesehatan, STIKES Bethesda Yakum Yogyakarta

²Dosen, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Email: nikenworow@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Dampak dari hospitalisasi salah satunya adalah penurunan kualitas tidur pada pasien. Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas tidur anak saat mengalami hospitalisasi seperti terapi bermain dan terapi musik. Fenomena di lokasi penelitian, sebanyak 5 anak rewel, sering menangis, sering terbangun, susah tertidur baik malam maupun siang hari dan anak tampak lemah. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh terapi bermain alat musik xilofon terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023. **Metode:** Desain penelitian menggunakan *pre experiment* dengan jenis *one group pretest-posttest design*. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner CSHQ. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dengan komputerisasi. Penelitian telah memiliki surat E.C dengan No.062/KEPK/02.01/VII/2023. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur *pretest* paling banyak dalam kategori kurang sebanyak 17 (56.7%) responden dan *posttest* paling banyak dalam kategori cukup sebanyak 16 (53.3%) responden. Didapatkan nilai signifikan sebesar 0.000 (<0.05). **Kesimpulan:** Ada pengaruh terapi bermain alat musik xilofon terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023. **Saran:** Bagi RS Emanuel disarankan untuk memprogramkan secara rutin terapi bermain xilofon.

Kata kunci: Kualitas Tidur - Hospitalisasi – Xilofon - Prasekolah

**THE EFFECT OF XYLOPHONE PLAY THERAPY ON PRESCHOOL
CHILDREN'S SLEEP QUALITY AT EMANUEL BANJARNEGARA
HOSPITAL 2023**

Niken Woro Wardani¹, Ethic Palupi²

¹Prodi Ilmu Kesehatan, STIKES Bethesda Yakum Yogyakarta

²Dosen, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Email: nikenworow@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hospitalization often disrupts patients' sleep patterns, particularly in children. To address this issue, various methods, including play therapy and music therapy, have been explored. In this study, five hospitalized children exhibited restlessness, frequent crying, frequent awakenings, difficulty falling asleep, and signs of weakness. **Objective:** This study aims to determine the effect of xylophone play therapy on preschool children's sleep quality at Emanuel Hospital Banjarnegara in 2023. **Method:** This was pre-experimental research with a one-group pretest-posttest design. The sampling technique used purposive sampling with a total sample size of 30 people. The data was collected using the CSHQ questionnaire and analyzed using the Wilcoxon test with computerization. Ethical clearance was obtained with No.062/KEPK/02.01/VII/2023. **Results:** The results showed the pretest sleep quality was mostly in the poor category as many as 17 (56.7%) respondents and the post-test was mostly in the moderate category as many as 16 (53.3%) respondents. A Significant value of 0.000 (<0.05) was obtained. **Conclusion:** There is an effect of xylophone play therapy on the quality of sleep of preschool children at Emanuel Hospital Banjarnegara in 2023. **Suggestion:** Emanuel Hospital is recommended to regularly do xylophone play therapy.

Keywords: Sleep Quality – Hospitalization – Xylophone - Preschool

PENDAHULUAN

Fase anak merupakan periode kritis dalam perkembangan manusia, yang dimulai dari neonatus hingga remaja¹. Usia prasekolah, berkisar antara 3-6 tahun, memegang peranan penting dalam tahapan ini. Sayangnya, anak-anak usia prasekolah sering kali rentan terhadap berbagai masalah kesehatan yang memerlukan perawatan medis, yang akhirnya dapat meningkatkan angka rawat inap di rumah sakit^{2,3}

Menurut data BPS tahun 2022, pada tahun 2021, sekitar 24.68% anak di Indonesia mengalami masalah kesehatan. Masalah ini paling sering terjadi pada anak usia 0-4 tahun (34.92%) dan anak usia 5-6 tahun (28.33%). Provinsi Jawa Tengah memiliki persentase masalah kesehatan pada anak sebesar 26.63%, sedikit lebih tinggi daripada Jawa Barat (26.49%) dan Jawa Timur (26.36%). Dampak masalah kesehatan pada anak sering kali mengarah pada rawat inap di rumah sakit, yang tercermin dalam data Badan Pusat Statistik Jawa Tengah tahun 2021, dengan presentase penduduk yang mengalami rawat inap mencapai 31.34%. Kabupaten Banjarnegara menjadi salah satu yang tertinggi, mencapai 35.91%

Perawatan di rumah sakit dapat menyebabkan kecemasan dan stres pada anak prasekolah, serta gangguan fisik, psikis, sosial, dan adaptasi terhadap lingkungan. Reaksi umum anak prasekolah selama hospitalisasi mencakup penolakan makan, kesulitan tidur, marah, merusak mainan, dan ketidakkooperatifan terhadap pengobatan^{4,5,6}. Gangguan tidur juga sering terjadi pada anak yang mengalami hospitalisasi. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang dirawat di rumah sakit memiliki kualitas tidur yang buruk, yang dapat menghambat perkembangan fisik, emosional, kognitif, dan sosial⁷.

Upaya untuk mengurangi penurunan kualitas tidur anak selama hospitalisasi, terapi bermain dan terapi musik telah digunakan. Terapi bermain bertujuan mengalihkan perhatian anak dari kondisinya saat itu, sementara terapi musik dapat memberikan kenyamanan dan meningkatkan fungsi mental anak. Melalui pendekatan-pendekatan ini, diharapkan anak-anak yang menjalani perawatan medis dapat mengalami pengalaman yang lebih positif dan pemulihan yang lebih cepat. Salah satu contoh terapi bermain dan terapi musik yaitu dengan bermain alat musik xilofon. Xilofon merupakan alat musik yang akan mengeluarkan bunyi dengan cara dipukul, anak harus memukul batang-batang alat musik dengan pemukul khususnya. Xilofon bermanfaat untuk membuat anak mengontrol tangan dan jari saat

memainkan, yang membuat anak akan teralih dan mengurangi kecemasannya sehingga dapat meningkatkan kualitas tidurnya^{8,9}.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 6 Januari 2023 didapatkan data jumlah pasien anak yang dirawat di RS Emanuel bulan November 2021-November 2022 sebanyak 3.803 pasien, sedangkan jumlah pasien anak pra sekolah (3-6 tahun) sebanyak 725 anak (19.06%) atau rata-rata 56 pasien/bulan. Hasil observasi diketahui bahwa selama ini dalam penanganan anak sakit jarang dilakukan pengkajian terkait kualitas tidur, gangguan tidur anak selama sakit. Observasi terhadap 5 orang pasien anak diketahui bahwa sebanyak 60% anak rewel, sering menangis, sering terbangun, susah tertidur baik malam maupun siang hari dan anak tampak lemah dan 40% anak dapat tidur nyenyak tanpa terbangun. Anak yang memiliki kualitas tidur buruk disebabkan karena terbangun di malam hari dan terlihat lesu pada pagi hari. Penanganan gangguan tidur yang dilakukan oleh perawat kepada anak dengan menciptakan lingkungan yang nyaman dan melakukan pendekatan dengan anak atau melibatkan orang tua pada saat dilakukan tindakan keperawatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan desain *pre experiment* dengan jenis *one group pretest-posttest design*. Variabel dalam penelitian ini adalah terapi bermain xilofon dan kualitas tidur. Penelitian ini dilaksanakan di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Emanuel. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 50 orang anak. Teknik sampel yang digunakan yaitu *accidental sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang pasien. Alat ukur yang digunakan oleh peneliti yaitu menggunakan kuesioner *Children's Sleep Habits Questionnaire (CSHQ)*. Teknik pengumpulan data dengan cara membagikan kuesioner dan memberikan terapi bermain. Analisis data menggunakan uji *wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Pasien

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden anak prasekolah di Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin Tahun 2023

Karakteristik	Jumlah	Persentase
Usia		
3 tahun	14	46.7
4 tahun	5	16.7
5 tahun	11	36.7
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	11	36.7
Perempuan	19	63.3
Riwayat Hospitalisasi		
Belum Pernah	16	53.3
Pernah	14	46.7
Total	30	100,0

Sumber: Data primer terolah, 2023.

b. Kualitas Tidur Sebelum dan Sesudah Terapi Bermain Alat Musik Xilofon

Tabel 2. Distribusi Frekuensi kualitas tidur anak usia prasekolah sebelum dan sesudah dilakukan terapi bermain alat musik xilofon di Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin

Kualitas Tidur	Sebelum (<i>pretest</i>)		Sesudah (<i>posttest</i>)	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	17	56.7	0	0.0
Cukup	13	43.3	16	53.3
Baik	0	0.0	14	46.7
Total	30	100.0	30	100.0

Sumber: Data primer terolah, 2023.

2. Analisis Bivariat Pengaruh Kecemasan Anak Usia Pra Sekolah Setelah Dilakukan Terapi Bermain Alat Musik Xilofon di Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin.

Tabel 3. Pengaruh Terapi Bermain Alat Musik Xilofon terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Prasekolah di Rumah Sakit Emanuel Banjarmasin Tahun 2023

Skor Kualitas Tidur (<i>pretest – posttest</i>)	N	Mean Rank	P Value
Negatif Rank	0	0.00	0.000
Positif Rank	28	14.50	
Ties	2		
Total	30		

Sumber: Data primer terolah, 2023

PEMBAHASAN

1. Kualitas tidur anak usia prasekolah sebelum diberikan terapi bermain alat musik xilofon di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi kualitas tidur anak usia prasekolah sebelum diberikan terapi bermain alat musik xilofon di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023 sebagian besar dalam kategori kurang sebanyak 56.7%. Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan sebagian besar responden kualitas tidurnya dalam kategori kurang disebabkan karena orang tua responden sebagian besar menjawab anaknya terbangun saat malam dan berkeringat, rewel dan tidak dapat ditenangkan, ketakutan untuk tidur dalam keadaan gelap, sesekali terbangun saat malam hari, terbangun lebih dari 1 kali pada malam hari, terlihat kelelahan saat siang hari. Ada beberapa factor yang dialami pada saat dirawat di rumah sakit salah satunya adalah rasa takut baik pada dokter maupun perawat, lingkungan dan peralatan yang ada di ruang perawatan¹⁰.

Peneliti berasumsi bahwa kualitas tidur yang kurang yang dialami responden disebabkan karena adanya ketakutan dan kecemasan yang dialami sehingga menimbulkan stress dan mempengaruhi tidurnya. Ketakutan dan kecemasan yang dialami anak ketika dirawat di rumah sakit karena berada dalam lingkungan yang baru sehingga mempengaruhi jam tidurnya dan sering terbangun pada malam hari¹¹

2. Kualitas tidur anak usia prasekolah sesudah diberikan terapi bermain alat musik xilofon di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur anak usia prasekolah sesudah diberikan terapi bermain alat musik xilofon di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023 sebagian besar dalam kategori cukup sebanyak 53.3%. Hasil penelitian membuktikan bahwa terapi bermain alat musik xilofon dapat meningkatkan kualitas tidur pada responden. Setelah diberikan terapi bermain musik responden mengalami perubahan dalam pola tidurnya, responden dapat tidur tepat waktu setiap malam, tidur dengan nyenyak dan tidak terbangun pada malam hari. Pada saat bangun pagi merasa segar kembali dan tidak mengantuk. Penelitian yang dilakukan Weijden menyatakan bahwa bermain alat music mampu mengurangi gangguan tidur pada malam hari dan menghilangkan rasa kantuk pada siang hari¹². Penelitian Lestary membuktikan bahwa terapi bermain mampu meningkatkan kualitas tidur anak usia prasekolah yang mengalami hospitalisasi¹³.

Terapi bermain dapat membantu untuk mengurangi penyebab stressor seperti kecemasan, rasa takut, lingkungan yang berbeda. Adanya terapi bermain membuat pikiran anak menjadi lebih rileks, merasa tenang sehingga kualitas tidur anak akan membaik¹⁴. Terapi bermain merupakan salah satu intervensi terbaik dalam menangani masalah kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi¹⁵.

Peneliti berasumsi bahwa meningkatnya kualitas tidur responden disebabkan karena terapi bermain alat musik xilofon merupakan permainan yang menyenangkan bagi responden. Adanya kegiatan yang menyenangkan dapat mengalihkan perhatian responden dan mengurangi perasaan takut selama dirawat di rumah sakit sehingga kualitas tidurnya meningkat

3. **Pengaruh terapi bermain alat musik xilofon terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi bermain alat musik xilofon terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023 ($p \text{ value} = 0.000 < 0.05$). Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan (Kristanti & Lestari, 2018) menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi bermain terhadap kualitas tidur ($p \text{ value} = 0,000$).

Hasil penelitian yang membuktikan bahwa adanya pengaruh terapi bermain alat musik xilofon terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah disebabkan adanya terapi bermain music membantu anak untuk melepaskan atau mengalihkan perhatian yang dapat mengurangi kecemasan yang dihadapi di rumah sakit kemudian membuat pikiran anak menjadi rileks, nyaman dan tenang sehingga dengan adanya perasaan yang nyaman, tenang dan pikiran rileks membuat kualitas tidur anak membaik. Bermain dapat memberikan sarana untuk melepaskan diri dari ketegangan dan stres yang dialami di lingkungan¹⁶. Bermain musik dapat mendorong anak untuk mengembangkan tingkah laku sosialnya, yaitu bekerja sama dengan teman-teman sebayanya dalam memproduksi musik, menyanyi, berdansa, atau memainkan alat music⁴.

Bunyi yang keluar dari alat musik yang dimainkan oleh seseorang menghasilkan nada-nada yang beraturan dan irama-irama. Alunan suara music yang terdengar oleh telinga mampu memberikan stimulus yang positif bagi seseorang. Musik mampu menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan. Musik dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, bahkan musik dapat berpengaruh terhadap irama pernapasan, denyut jantung dan tekanan darah manusia¹⁷.

Peneliti berasumsi bahwa dengan adanya terapi bermain music membuat responden merasa senang, nyaman, tenang dan rileks sehingga responden tidak merasakan kecemasan, dengan tidak adanya rasa cemas pada responden membuat kualitas tidurnya membaik.

KESIMPULAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia 3 tahun, paling banyak berjenis kelamin Perempuan dan mayoritas responden sudah pernah dirawat di rumah sakit. Kualitas tidur responden sebelum terapi bermain musik xilofon paling banyak dalam kategori kurang. Kualitas tidur responden sesudah terapi bermain musik xilofon paling banyak dalam kategori cukup. Ada pengaruh terapi bermain alat musik xilofon terhadap kualitas tidur anak usia prasekolah di Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara tahun 2023.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dengan topik yang sama mengenai kualitas tidur pasien anak usia prasekolah menggunakan intervensi yang lain seperti terapi *bibliography*, terapi bermain bercerita dan lain-lain.

TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada Direktur Rumah Sakit Emanuel Banjarnegara, Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, responden dan orangtua responden, pembimbing dan penguji, Staff Prodi S1 Keperawatan dan semua pihak yang terlibat yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

1. Purnama, B. A., Indriyani, P., & Ningtyas, R. (2020). Pengaruh Terapi Story Telling Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Prasekolah Dengan Hospitalisasi. *JOURNAL Of*, 5, 40–51.
2. Kristanti, A., & Lestari, N. E. (2018). Dongeng Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Sekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *Jurna Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(3), 468–471.
3. Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Ratnawati, D. (2019). Pengaruh Audiovisual Menonton Film Kartun Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Prosedur Injeksi Pada Anak Prasekolah. *Journal of Health Sciences*, 12(02), 15–29. <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i02.996>
4. Hidayat, A. Alimul. (2018). *Pengantar Buku Keperawatan Anak*. Jakarta: Dr.Dripta Sjabana.

5. Ekasaputri, S., & Arniyanti, A. (2022). Efektivitas Terapi Audio Visual (Film Kartun) Terhadap Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 57–63. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.699>
6. Nursalam, Susilaningrum, R., & Utami, S. (2013). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
7. Sadock, B., Sadock, V., & Ruuiz, P. (2019). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences / Clinical Psychiatry*. USA: Lippincott Williams & Wilkins.
8. Sitohang, N. A. (2016). The Influence of Music Therapy on The Stress of Hospitalization for Children in Hospital RSUD dr. Pirngadi Medan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, IX(1).
9. Simamora, M., Gulo, A. R. B., Pardede, J. A., & Putri, R. A. (2022). Terapi Bermain Lilin dan Musik terhadap Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 211. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.211-218>
10. Soetjiningasih. (2015). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
11. Solehah, A. D. (2018). *Pengaruh Biblioterapi Terhadap Kualitas Tidur Anak Hospitalisasi di Ruang Melati RSUD Kota Madiun* [Skripsi]. STIKES Bhakti Husada.
12. Weijden, F. N. van der, Lobbezoo, F., & Slot, D. E. (2020). The effect of playing a wind instrument or singing on risk of sleep apnea: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 16(9), 1591–1601. <https://doi.org/10.5664/jcsm.8628>
13. Lestary, H. A. V. (2021). *Penerapan Terapi Bercerita Pada Anak Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Ruang Madinah Rumah Sakit Islam A.Yani Surabaya* [Skripsi, Universitas Nadhlatul Ulama]. <http://repository.unusa.ac.id/id/eprint/7049>
14. Smeltzer, S. C., & Barre, B. G. (2017). Buku ajar keperawatan medikal-bedah Brunner & Suddarth. In *Lippincott Williams & Wilkins*.
15. Ball, J., Bindler, R. C., & Cowen, K. (2023). *Principle of Pediatric Nursing-Caring for Children*. Pearson.
16. Kartika, L., Lameky, V. Y., & Julianti, E. (2023). *Asuhan Keperawatan Anak Berkebutuhan Khusus*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
17. Campbell, D. (2015). *Music: Physician for Time to Come*. Quest Books.